



**BETTIO GLARONA**

GASTRO AG

# Monats-Update

Juni 2024





Liebe Kunden und Kundinnen  
Liebe Leser

Wissen Sie, was mein Lieblings-Brottaufstrich ist? Aprikosen-Konfi, Aprikosen-Konfi und Aprikosen-Konfi - in dieser Reihenfolge :-). Dafür stehe ich gerne am Herd und koche die möglichst reifen Früchte selber ein. Aber auch andere Zubereitungsformen mag ich sehr gerne - getrocknet als Snack, eine Aprikosen-Wähe frisch aus dem Backofen oder einen Aprikosen-Schnaps werde ich niemals verschmähen.

Toll an der Aprikose finde ich auch, dass ein grosser Teil der in der Schweiz verkauften Früchte aus heimischer Produktion stammen, und ausserhalb der Saison sind auch kaum welche erhältlich. Ein Grund mehr, sich auf die kommenden Aprikosen-Monate zu freuen.

Die Zutaten für die Konfitüre liegen bereit, bald kann die Einkocherei losgehen!  
Guido Bettio

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'G. Bettio', written in a cursive style.



# Bettio Glarona stellt vor...

## ... die vielseitige Aprikose, gerne auch aus der Schweiz

Neben Apfel, Birne, Kirsche, Zwetschgen/Pflaume, Traube und Erdbeere, gehört die Aprikose zu den wichtigsten **Frischobsttypen**, die auch in der **Schweiz** angebaut werden. Ursprünglich kommt die Aprikose aus Asien, China und Südeuropa, wo sie seit dem 15. Jahrhundert kultiviert wird. Die ersten Frühsorten sind **ab Juni** erhältlich, die Haupterntezeit der Früchte aus der Schweiz – meistens aus dem **Wallis** – ist im Juli/August.

Das **weltweit grösste Anbauggebiet** für Aprikosen liegt in der **türkischen Provinz Malatya**; im Handel hierzulande finden sich neben den Schweizer Früchten hauptsächlich solche aus Italien, Spanien und Frankreich. Die beste soll die Hunza-Aprikose sein, die in Tibet, Ladakh und Nordpakistan in Höhen bis 4000 müM gedeiht.

Die feinbehaarte, hellgelbe bis orangerote Frucht ist fast kugelförmig, selten ellipsenförmig und nicht nur lecker sondern auch **sehr gesund**:

Neben dem hohen Vitamin-Gehalt (besonders Vitamin A, C, E, Kalium, Magnesium und Calcium) hat die Aprikose entzündungshemmende, antibakterielle und antioxidative Eigenschaften und besitzt einen hohen Anteil an Ballaststoffen.

Sie eignet sich zum Verzehr sowohl in **rohem** Zustand wie auch **gekocht** oder als **Destillat**.



**95 Prozent** der Schweizer Aprikosen stammen aus dem Wallis, womit etwa die Hälfte des Schweizer Aprikosenkonsums abgedeckt ist. Sie werden an den Hängen des linken Rhone-Ufers und im Rhone-Tal zwischen Sierre und Vernayaz auf etwa 700 Hektaren kultiviert.

Lange wurde nur die Sorte **Luizet** angebaut. In der Zwischenzeit sind es über **80 Sorten**, die für eine **längere Erntezeit** sorgen. Die bekanntesten Frühsorten, die bei günstiger Witterung ab Mitte Juni geerntet werden können, heissen: Bergeval, Chrisgold, Colorado, Flopria, Goldrich, Lido und Orangered. In der Hauptsaison Juli/August geerntet werden Aprisweet, Bergarouge, Delicot, Kioto, Lady Cot und die altbewährte Luizet. Und zum Saisonende (August/September) gibt es dann noch

Bergeron, Faralia, Harogem, Swired, Tardif de Tain und Taardif de Valence.

**Aprikosenkerne** (um an diese zu gelangen, müssen zuerst die Steine geknackt werden, denn die Kerne stecken in den Steinen) sind gerade **stark im Trend** und werden als Mandel-Ersatz für Snacks oder Milch-Ersatz-Produkte angepriesen. Sie können auch zu Öl verarbeitet oder zerstoßen zum Aromatisieren von Speisen genutzt werden - je nach Sorte schmecken sie süß oder bitter-süß. Bei den **bitteren** Sorten ist allerdings **Vorsicht geboten**, denn sie enthalten Amygdalin, ein Stoff, der während des Verdauungsprozesses in **Blausäure** umgewandelt wird, was die Kerne **giftig** macht, wenn sie roh verzehrt werden. Beim Backen oder Kochen verflüchtigt sich der giftige



Obstplantage in Saxon/VS; Quelle: Kanton Wallis

Stoff. Das deutsche Bundesinstitut für Risikobewertung rät Erwachsenen deshalb, nicht **mehr als zwei bittere Kerne pro Tag** zu verzehren; gemäss dem Kantonalen Labor Zürich sorgt der Verzehr von **30 Kernen bei Erwachsenen für schwere Vergiftungen**, bei Kindern genügen schon 5.

Die Symptome einer Blausäure-Vergiftung treten innert Minuten auf und sind Kopfschmerzen, Schwindel, Übelkeit, Erbrechen, Herzrasen und Erstickungsgefühl. Bei einer schweren Vergiftung kann es zum Bewusstseinsverlust und Tod kommen.

Das **Kantonale Labor Zürich warnt** zudem: „Amygdalin ist auch unter dem Phantasienamen Vitamin B17 bekannt, eine häufige Angabe auf Produkten ist die Kennzeichnung ‚Aprikosenkerne sind reich an Vitamin B17‘, was irreführend ist. Zum einen wird suggeriert, dass der Konsum gesundheitsfördernd ist (und nicht schädlich), zum anderen besitzt Amygdalin keine Vitaminwirkung.“

## Die etwas anderen

In der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts wurde die **Nectacot**, eine Kreuzung zwischen Nektarine und Aprikose, in Florida bei Zaiger Genetics gezüchtet. Heute wird sie in Südafrika und den USA angebaut und gelangt auch vorwiegend dort in den Handel. Ebenfalls bei Zaiger Genetics entstand die **Pluot**, eine Kreuzung zwischen Pflaume und Aprikose.

Im Gegensatz dazu sind **Apriplums** und **Plumcots** (Bild) – Kreuzungen zwischen Pflaume und Aprikose – natürlich entstanden. Sie kommen überall vor, wo sowohl Pflaumen als auch Aprikosen wachsen. Ihre Früchte sind besonders süss, und sie haben kleine Kerne.

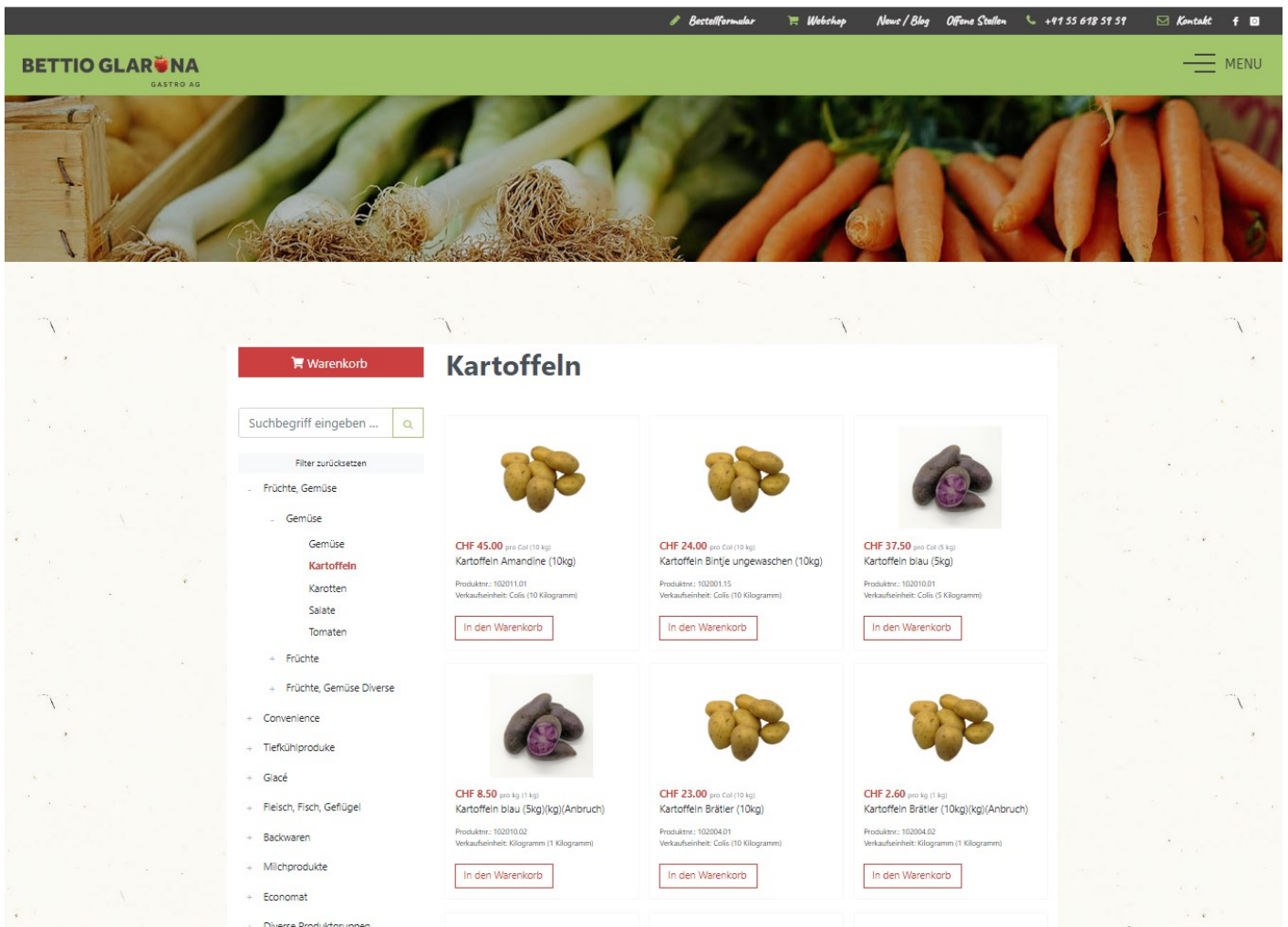


# Bettio Glarona stellt vor...

## ... kennen Sie schon unseren Webshop?

Wussten Sie, dass Sie auf unserer Homepage ([www.bettio-glarona.ch](http://www.bettio-glarona.ch)) jederzeit unser ganzes Sortiment durchstöbern können? Der Zugang zu den Artikeln ist auch ohne Webshop-Login möglich und so können Sie sich jederzeit frei vom Sortiment inspirieren lassen.

Möchten Sie generell in unserem Webshop bestellen, können Sie sich gerne bei uns melden und wir schalten Ihnen einen Zugang auf. Sie können per Webbrowser am PC oder per App auf Tablet oder Mobilphone auf den Webshop zugreifen. Online bestellen hat diverse Vorteile, unter anderem reduzieren Sie Missverständnisse bei der Bestellung und haben jederzeit auch den vollen Überblick über Ihre getätigten Bestellungen. Zudem erhalten Sie diverse Zusatzinformationen zu den Artikeln, welche auf der Preisliste nicht aufgeführt sind. Auch das Suchen und Finden von Artikeln ist viel einfacher und Sie können unser Sortiment auch bequem über die Kategorien durchstöbern.



The screenshot displays the Bettio Glarona webshop interface. At the top, there is a navigation bar with links for 'Bestellformular', 'Webshop', 'News / Blog', 'Offene Stellen', a phone number '+41 55 618 51 51', and a 'Kontakt' link. Below this is a green header with the 'BETTIO GLARONA GASTRO AG' logo and a 'MENU' button. The main banner features a close-up image of fresh vegetables, including white turnips and orange carrots.

The 'Kartoffeln' (Potatoes) category page is shown. On the left, there is a sidebar with a search bar and a filter menu. The filter menu includes categories like 'Früchte, Gemüse', 'Gemüse', 'Kartoffeln', 'Karotten', 'Salate', 'Tomaten', 'Früchte', 'Früchte, Gemüse Diverse', 'Convenience', 'Tiefkühlprodukte', 'Giacé', 'Fleisch, Fisch, Geflügel', 'Backwaren', 'Milchprodukte', 'Economat', and 'Diverse Produktgruppen'. The 'Kartoffeln' category is currently selected.

The main content area displays a grid of potato products. Each product card includes an image of the potatoes, the price per kg, the product name, the producer code, the sales unit, and a button to add the item to the cart.

| Image                                                                                 | Price (CHF) | Product Name                            | Producer Code | Sales Unit              | Action           |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------------------------------------|---------------|-------------------------|------------------|
|    | CHF 45.00   | Kartoffeln Amandine (10kg)              | 102011.01     | Colis (10 Kilogramm)    | In den Warenkorb |
|    | CHF 24.00   | Kartoffeln Bintje ungewaschen (10kg)    | 102001.15     | Colis (10 Kilogramm)    | In den Warenkorb |
|  | CHF 37.50   | Kartoffeln blau (5kg)                   | 102010.01     | Colis (5 Kilogramm)     | In den Warenkorb |
|    | CHF 8.50    | Kartoffeln blau (5kg)/(Anbruch)         | 102010.02     | Kilogramm (1 Kilogramm) | In den Warenkorb |
|    | CHF 23.00   | Kartoffeln Bräter (10kg)                | 102004.01     | Colis (10 Kilogramm)    | In den Warenkorb |
|  | CHF 2.60    | Kartoffeln Bräter (10kg)/(kg)/(Anbruch) | 102004.02     | Kilogramm (1 Kilogramm) | In den Warenkorb |

# Aktionen

**gültig vom 01.06.2024 - 30.06.2024**

## Küchenfertig / Convenience



### Mischsalat Rio

**- 10%**



*Best. bis 16.00 Uhr*

Artikel-Nr.  
Verpackung  
Preiseinheit

210059  
0.5 kg  
Beutel

**kellermann**  
*natürlich frisch*

**4.95**

statt 5.40

## Glacé



### Zitronen Sorbet

**- 10%**



Artikel-Nr.  
Verpackung  
Preiseinheit

402008  
4000 ml  
Bidon

**IGELATI**

**24.85**

statt 27.60

### Aprikosen Sorbet

**- 10%**



Artikel-Nr.  
Verpackung  
Preiseinheit

402001  
4000 ml  
Bidon

**IGELATI**

**26.90**

statt 29.90.

### Himbeer Sorbet

**- 10%**



Artikel-Nr.  
Verpackung  
Preiseinheit

402003  
4000 ml  
Bidon

**IGELATI**

**26.90**

statt 29.90.

# Aktionen

**gültig vom 01.06.2024 - 30.06.2024**

## Tiefkühlprodukte



### Vegi Planet Burger Broccoli Käse

**- 10%**



Artikel-Nr.  
Verpackung  
Preiseinheit

350060  
30\* 70g  
Karton



**37.70**

statt 41.90

### Vegi Planet Burger Caprese

**- 10%**



Artikel-Nr.  
Verpackung  
Preiseinheit

350061  
30\* 70g  
Karton



**37.70**

statt 41.90

### Vegi Planet Burger Mediterran

**- 10%**



Artikel-Nr.  
Verpackung  
Preiseinheit

350062  
30\* 70g  
Karton



**37.70**

statt 41.90

### Vegi Planet Falafelburger

**- 10%**



Artikel-Nr.  
Verpackung  
Preiseinheit

350067  
30\* 75g  
Karton



**27.70**

statt 30.55

# AKTION/ACTION/AZIONE

1.-30.6.2024



**VEGI PLANET Nuggets**

**20%\***  
**HAMMER-**  
**AKTION**

ACTION COUP DE POING/  
OFFERTA SPECIALE

# Aktionen

**gültig vom 01.06.2024 - 30.06.2024**

## Backwaren



### Buttergipfel de Luxe „Jet“

- 15%



auf Vorbestellung

Artikel-Nr.  
Verpackung  
Preiseinheit

60\*45g  
Stück

Kern Sammet  
Tiefkühl Backkunst à la Suisse

**0.64**

statt 0.75

### Mini Amaretti

- 15%



auf Vorbestellung

Artikel-Nr.  
Verpackung  
Preiseinheit

610065  
ca.570 Stk  
Karton

Kern Sammet  
Tiefkühl Backkunst à la Suisse

**71.65**

statt 84.30

### Schoggibrötli

- 15%



auf Vorbestellung

Artikel-Nr.  
Verpackung  
Preiseinheit

21\*85g  
Stück

Kern Sammet  
Tiefkühl Backkunst à la Suisse

**0.88**

statt 1.03

# Aktionen

**gültig vom 01.06.2024 - 30.06.2024**



## HOPP SCHWIIZ !



**-15%**

**Pizza Margherita, vorgebacken**

Art.-Nr. 5334, 12 x 310g

statt Fr. 4.650 / 55.80

\* Artikel auf Vorbestellung

**Aktion: Fr. 47.45 / Karton  
Fr. 3.953 / Stk.**



**-15%**

**Spinatgipfel mit Sesam  
BakeryBakery, gebacken**

Art.-Nr. 4230, 24 x 105g

statt Fr. 1.880 / 45.12

\* Artikel auf Vorbestellung

**Aktion: Fr. 38.35 / Karton  
Fr. 1.598 / Stk.**



**-15%**

**Mini Schinkengipfeli, Teigling**

Art.-Nr. 4571, ca. 115 x ca. 22g (Karton 2.5 kg)

Fr. 0.656 / 75.40

\* Artikel auf Vorbestellung

**Aktion: Fr. 64.10 / Karton  
Fr. 0.557 / Stk.**



 Schwärzistrasse 3  
8752 Näfels

 Steinacherstrasse 105  
8804 Au ZH

 +41 (0)55 618 59 59  
**UID** CHE-115.949.592

 [info@bettio-glarona.ch](mailto:info@bettio-glarona.ch)  
 [www.bettio-glarona.ch](http://www.bettio-glarona.ch)